



ENFERMERÍA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE LA SALUD.

Ensayo

Alumna: Paola Janeth Gómez López.

Profesor: L.E. Anahí De María Trujillo

Licenciatura: Enfermería.

PASIÓN POR EDUCAR

San Cristóbal de las Casas, Chiapas, Febrero de 2023

UNIDAD III PADECIMIENTOS MÁS FRECUENTES.

Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular.

Empacho

Según la Real Academia Española, el empacho se define como una indigestión alimentaria, así bien considerada como un "trastorno". Esto ocurre cuando hay un alimento o sustancia que es "difícil o imposible de digerir". Afecta a todas las personas, sin importar su edad, género o grupo social, también a personas propias de latino América, encontrándose en edad infantil, sobre todo de 1 a 5 años

Según Zolla menciona que hay cuatro agrupaciones de causas:

1. Calidad de la ingesta
2. Ingesta excesiva de cualquier tipo de alimento.
3. Oportunidad de la ingesta.
4. Condiciones o comportamientos ante la ingesta.

Signos y síntomas clasificado por el empacho seco el cual es la presencia de un cuadro de estreñimiento o constipación y el empacho húmedo en donde se presencia de diarrea, siendo el signo fundamental. pudiendo presentar en ambos casos: dolor de estómago, mareos, náuseas-vómitos, agruras, dolor de cabeza, malestar general, pérdida del apetito y fiebre; y el diagnóstico: Este se basa en el interrogatorio y la exploración física, abarcando la inspección, la palpación, la percusión y la auscultación.

Diarrea

Es la presencia de heces acuosas y blandas, por tres o más veces en el día. El cual puede ser clasificado por aguda y crónica, el cual la primera es con una duración de uno o dos días de presencia y la segunda en presencia de al menos cuatro semanas. Afectando a personas de todas las edades con más frecuencia en niños pequeños y a turistas (presentar diarrea del viajero), Pudiendo presentar síntomas adicionales como calambres o dolor en el abdomen, pérdida del control intestinal y en caso de virus o bacteria fiebre y sangre en las heces. Las causas más comunes son la contaminación de virus, parásito y bacterias en alimentos o agua, o bien ya sea por medicamentos (antibióticos), Intolerancia y sensibilidad a alimentos (lactosas), así como también por Enfermedades del aparato digestivo (síndrome del intestino irritable) o Cirugía de estómago. Para su diagnóstico se realiza un examen físico, interrogatorio (medicamentos y de dieta) y análisis de las heces o sangre; Tratando esta patología con soluciones hidratantes (vida suero oral), si amerita, antibióticos y dieta blanda y rica en hidratos; para prevenirlos con vacunas para el rotavirus, desinfección de los alimentos a consumir, desinfección del agua y una adecuada cocción de los alimentos

Estreñimiento.

Es la disminución de las evacuaciones inferiores a tres veces por semanas. Puede ser pasajeros, de carácter agudo o bien presentar el estreñimiento crónico el cual puede durar varias semanas o más, provocando que las personas hagan demasiada fuerza para defecar. Así afectando principalmente personas adulto mayor del sexo femenino o con presencia de deshidratación, dieta baja en fibras, falta de actividad física o bien el uso de ciertos medicamentos (analgésicos, antidepresivos, y antihistamínicos). Pudiendo esto a complicarse en la presencia de fisuras anales, hemorroides, prolapso rectal, diverticulitis, impactación fecal y torsión intestinal (requiere cirugía); los signos y síntomas que incluyen son: evacuación menor a tres veces por semana, heces grumosas o duras, hacer esfuerzo para defecar, sensación de la presencia de una obstrucción en el recto y sensación de un vaciamiento incompleto.

Entre las causas más comunes del estreñimiento incluyen: una dieta pobre en fibra y en líquidos, falta de actividad física, el uso de ciertos medicamentos, enfermedades del sistema nervioso o hormonales y cambios en los hábitos intestinales. Para la prevención es importante el consumir una dieta rica en fibra, beber suficiente agua, hacer ejercicio regularmente, evitando el sedentarismo y el evitar medicamentos que pueden causar estreñimiento

Padecimientos esqueléticos y muscular Las luxaciones

Es una lesión en la que un hueso se desplaza fuera de su articulación normal. Pueden ser causadas por un traumatismo, una enfermedad o una debilidad en el tejido conectivo. Teniendo una duración de 6 a 12 semanas en sanar. Algunas veces, se necesita cirugía. Así bien cuando se presentan lesiones a los nervios y vasos sanguíneos pueden ocasionar problemas permanentes o más prolongados. Los signos y síntomas que involucran son el dolor intenso, hinchazón y enrojecimiento, dificultad en el movimiento, deformidad y entumecimiento o debilidad en la zona. Así que la mejor forma de prevenirlos es realizando el fortalecimiento muscular, ejercicios de flexibilidad, evitar sobreesfuerzos y actividad de alto riesgo, usar protección adecuada, controlar enfermedades articulares

Esguince

Un esguince es una lesión en un ligamento, que son las bandas de tejido fibroso que conectan los huesos entre sí. Esta lesión suele ser causada por un movimiento brusco o una torcedura, y puede ser dolorosa y hinchada. Los esguinces más comunes ocurren en los tobillos, pero también pueden ocurrir en otras articulaciones como la rodilla, muñeca o hombro. El tratamiento de un esguince incluye hielo, elevación y compresión

para reducir la hinchazón, así como medicamentos para controlar el dolor. También descansar la articulación afectada y evitar cualquier actividad que cause dolor hasta que la lesión haya sanado. En algunos casos, es posible que se requiera fisioterapia para ayudar a recuperar la movilidad y la fuerza. Los signos y los síntomas: Dolor, Hinchazón, Hematomas, incapacidad para mover la articulación afectada temporalmente; así bien los factores de riesgo que involucra esta lesión son las condiciones ambientales, fatiga y equipo inadecuado. Así que para prevenirlas es necesario realizar actividad física, aumentar la resistencia física, hábitos saludables y evitar zonas de riesgo.

Padecimientos respiratorios.

La Bronquitis.

La bronquitis es una afección respiratoria en la que los bronquios se inflaman e hinchan, lo que provoca tos, sibilancias y dificultad para respirar. Puede ser causado por infecciones virales o bacterianas, o por la exposición a irritantes como el humo del cigarrillo o la contaminación del aire. La bronquitis puede ser aguda, lo que significa que se desarrolla repentinamente y generalmente desaparece en unos pocos días a una semana, o crónica, lo que significa que dura un período de tiempo más largo y puede requerir tratamiento médico continuo. Los signos y síntomas son: Tos con o sin mucosidad, Dolor en el pecho, Cansancio (fatiga), Dolor de cabeza leve, Dolores corporales leves y Dolor de garganta

El tratamiento se clasifica por la gravedad en bronquitis aguda: descanso, hidratación, analgésicos y terapia con vapor; en bronquitis es causada por una infección bacteriana, se pueden recetar antibióticos; y en bronquitis crónica: broncodilatadores, esteroides y terapia con oxígeno

La neumonía.

La neumonía es una infección que afecta los pulmones, el cual se inflama los sacos aéreos de uno o ambos pulmones, en donde este se puede llenar de líquido o pus (material purulento), lo que provoca tos con flema o pus. Puede ser causada por una variedad de virus, bacterias y hongos. Los síntomas incluyen fiebre, tos con flema, dificultad para respirar, desorientación, vómitos y fatiga. En casos graves, la neumonía puede ser potencialmente mortal, especialmente para personas de edad avanzada, niños pequeños y personas con sistemas inmunológicos debilitados. El tratamiento incluye antibióticos y descanso, y puede ser necesario hospitalización.

Tos ferina

Es una enfermedad bacteriana altamente contagiosa que ocasiona una tos violenta e incontrolable que puede dificultar la respiración, este es un tipo de virus que causa una enfermedad llamada "fiebre escarlata." Se transmite a través de la tos y los estornudos,

y los síntomas incluyen dolor de garganta, fiebre y una erupción cutánea, vómitos, posible asfixia y rinorrea. Es más común en niños y puede tratarse con antibióticos (como eritromicina).

Espantos o sustos.

Para Pages Larraya describiría susto o espanto como desórdenes psiquiátricos cuya etiología se inscribe en el estrés y en la depresión.

Un susto es una respuesta de miedo repentino e intenso causado por un estímulo inesperado o amenazante. Puede incluir síntomas como aumento de la frecuencia cardíaca, sudoración, y puede provocar una sensación de ahogo o incluso un grito. Es una reacción natural del cuerpo ante un estímulo aterrador. Y un espanto es un susto muy fuerte y prolongado, que puede producir una sensación de terror o pánico. A menudo es causado por algo que se percibe como peligroso o amenazante, y puede provocar reacciones físicas y emocionales intensas. El término también puede usarse para describir una experiencia traumática o aterradora.

Trastorno de la piel.

Los trastornos de la piel incluyen una amplia variedad de condiciones, desde afecciones comunes como acné, dermatitis y eczema hasta enfermedades más raras como la psoriasis y vitíligo. Algunos trastornos de la piel pueden ser causados por factores externos como la exposición al sol o la irritación por productos químicos, mientras que otros pueden estar relacionados con problemas de salud subyacentes como trastornos autoinmunitarios o hormonales. Existen tratamientos efectivos para muchos de los trastornos permanentes de la piel

Las afecciones crónicas de la piel incluyen:

- Rosácea, que se caracteriza por pequeños bultos rojos, llenos de pus en la cara
- Psoriasis, que causa parches escamosos y secos, con picazón
- Vitíligo, que produce parches grandes e irregulares de la piel

Trastornos de la piel en niños

Los trastornos de la piel en los niños incluyen una amplia variedad de condiciones, algunas de las cuales son similares a las de los adultos y otras son específicas de la infancia. Algunos de los trastornos de la piel más comunes en los niños incluyen: eczema, dermatitis del pañal, dermatitis seborreica, varicela, sarampión, verrugas, acné, eritema infeccioso y urticaria